

Portfolio dienstverlening CPS

Inhoudstafel

Inleiding	2
Gezondheidstoezicht	2
Gezondheidsbeoordeling	2
Vaccinatiebeleid	3
Arbeidsplaatsbezoeken	3
Aanwezigheid op comité PBW	3
Adviesverlening	3
Risicobeheersing	4
Uitvoeren van metingen :	4
Ergonomisch advies	5
Arbeidsplaatsbezoeken	5
Preventie van psychosociale risico's	5
Psychosociale wachtdienst	6
Bijstand van de interne preventiedienst	6
Advies risicobeheer	6
Beheer van geluids- en trillingsbelasting	6
Advies arbeidsveiligheid	7
Spoorwegveiligheid	7
Medisch certificatie	7
Psychologische certificatie	7
Wetenschappelijk onderzoek in het kader van de spoorwegveiligheid	7
Vorming & Opleiding	8
Gezondheid	8
Psychosociaal welzijn	9
Ergonomie	11
Ondersteunende systemen	11

Inleiding

Als multidisciplinaire, nationaal aanwezige, externe dienst voor preventie en bescherming op het werk, biedt CPS elke aangesloten onderneming een uitgebreid gamma van diensten aan op vlak van het preventief gezondheidstoezicht, de medische expertise, de risicobeheersing en de certificering in het kader van de spoorwegveiligheid.

De expertise van onze specialisten gaat verder dan enkel de wettelijke opdrachten. Zij staan u bij in de realisatie en het onderhouden van een geïntegreerd, proactief en duurzaam welzijnsbeleid. Onze preventieadviseurs maken hierbij de brug tussen de wetenschap en het terrein om u gericht advies op maat van uw onderneming te geven.

Advies op maat geven vormt onze standaardaanpak waarbij we focussen op een duurzame relatie die voldoet aan uw eisen en verwachtingen. Onze medewerkers zijn professioneel, flexibel en gedreven om samen met u op zoek te gaan naar oplossingen en continue verbetering. Door voortdurende begeleiding, opleiding en coaching van onze medewerkers bent u zeker dat onze adviezen steeds rekening houden met de laatste evoluties binnen de specifieke wetgevingen en goede praktijken.

Via ons vormingscentrum, met een pakket aan opleidingen binnen de verschillende welzijnsdomeinen, kan u als klant uw werknemers bovendien de gepaste vormingen aanbieden.

Gezondheidstoezicht

Als externe dienst voor preventie en bescherming op het werk, waakt CPS over de gezondheid van de werknemers bij de uitvoering van hun werk, door het voorkomen van risico's.

Een greep uit onze diensten binnen het domein van het gezondheidstoezicht :

Gezondheidsbeoordeling

Onder de gezondheidsbeoordelingen catalogeren we verschillende soorten medische onderzoeken :

- De gezondheidsbeoordeling voorafgaand aan de tewerkstelling
- De gezondheidsbeoordeling vóór de verandering van tewerkstelling
- De periodieke gezondheidsbeoordeling
- Het medisch onderzoek bij werkhervatting
- Het medisch onderzoek in kader van de moederschapsbescherming
- De spontane raadpleging
- De gezondheidsbeoordeling in kader van een wedertewerkstellingsprocedure
- De gezondheidsbeoordeling na fout tegen de veiligheid.
- Het onderzoek in het kader van een re-integratietraject van een arbeidsongeschikte werknemer.

Er zijn drie categorieën van werknemers, de zogenaamde ‘onderworpen’ werknemers, waarvoor het preventief medisch onderzoek (of periodieke gezondheidsbeoordeling) wettelijk verplicht is :

- Werknemers met een veiligheidsfunctie
- Werknemers met een functie van verhoogde waakzaamheid
- Werknemers die een functie met een welbepaald risico uitoefenen

De werknemers kunnen hiervoor terecht in één van onze centra, die verspreid zijn over het land, of ter plaatse in onze mobiele onderzoeksunit. Als klant kan u zelf de meest geschikte locatie en/of het meest geschikte moment bepalen voor het onderzoek van uw medewerkers en dit boeken via onze online planningstoepassing UltraGenda Broka.

Vaccinatiebeleid

Werknemers die blootgesteld worden aan specifieke risico's krijgen tijdens hun gezondheidsevaluatie de verplichte vaccinaties. Daarnaast kan CPS, op vraag van de werkgever, ook ingeschakeld worden voor een vaccinatiebeleid op maat ter voorkoming dat werknemers ziek worden, zoals de griepvaccinatie.

Arbeidsplaatsbezoeken

Samen met de werkgever, de interne preventieadviseur of het comité voor preventie en bescherming op het werk bezoeken onze preventieadviseurs-arbeidsgeneesheren en/of preventieadviseurs-arbeidsveiligheid de arbeidsplaatsen. Met hun specifieke kennis betreffende de mogelijke gezondheidsrisico's, geven ze onmiddellijk advies en streven ze naar een hogere bescherming van de werknemers.

Aanwezigheid op comité PBW

Alle ondernemingen die ten minste 50 werknemers tewerkstellen, moeten een comité voor preventie en bescherming op het werk oprichten. In samenspraak met onze preventieadviseurs-arbeidsgeneesheren worden twee momenten per jaar vastgelegd waarop zij deelnemen aan het comité PBW. Zij nemen steeds een neutrale houding aan en geven de leden advies in overeenstemming met de heersende wetgeving en wetenschap.

Adviesverlening

De preventieadviseurs-arbeidsgeneesheren maken de brug tussen de wetenschap en het terrein. Zij bundelen de informatie vanuit de medische evaluaties en de arbeidsplaatsbezoeken en geven u gericht advies op maat van uw onderneming.

Risicobeheersing

Risicobeheersing is letterlijk het beheren van de aanwezige risico's in de werkomgeving en deze tot een minimum beperken. Risico's kunnen echter enkel beheerst worden als ze gekend zijn.

CPS is de geschikte partner om samen met de werkgever mee te helpen en advies op maat te geven met betrekking tot het inventariseren en evalueren van de aanwezige risico's.

Een greep uit onze diensten binnen het domein van de risicobeheersing :

Uitvoeren van metingen :

De hoeksteen van een efficiënt diagnostisch risicobeheersingssysteem bestaat uit de objectivering van de eventueel aanwezige risico's door middel van metingen. Goede en betrouwbare metingen vragen gespecialiseerde kennis. Hiervoor kunt u bij ons terecht.

Fysische agentia :

- Klimaat : thermische omgeving (droge -, vochtige- en stralingstemperatuur), luchtsnelheid / turbulentiegraadmetingen, vochtigheid, behaaglijkheid / comfort-metingen.
- Lawaai : sonometrie (geluidsmeting, geluidsanalyses, frekwentieanalyse, algemene lawaai analyses), dosimetrie, opmaken geluidskaarten
- Trillingen : lichaamstrillingen (whole body vibrations), hand - armtrillingen.
- Verlichting : verlichtingssterkte, luminantieverhoudingen
- Niet – ioniserende stralingen : elektromagnetische stralingen, infrarood, UV, laser.
- Ioniserende stralingen: X –stralen, α -, β - γ – stralen.

Chemische agentia

- Organische oplosmiddelen : screening naar de aanwezigheid van vluchtige organische componenten
- Stof : kwantitatieve bepaling / kwalitatieve bepaling, inhaleerbare fractie / inadembare fractie, asbestmetingen /asbestinventarisatie, atmosfeermetingen en analyses van monsters metalen.
- Speciale analyses : organische componenten (aldehyden, alcoholen, amines en amides, anesthesiegassen, esters, freonen, isocyanaten, poly - aromatische koolwaterstoffen, zuren), anorganische componenten (zuren, basen, ...), productanalyses
- Luchtkwaliteit : loggen van allerhande gassen waaronder CO² en CO concentraties in kantoor en werkplaats

Biologische agentia :

- Atmosfeermetingen voor de bepaling van concentraties aan gisten en schimmels, interpretatie van de resultaten.
- Legionella bepalingen in water, opstellen van een RA en beheersplannen. Spoedanalyse bij verdachte ziektebeelden. Advies bij sanering bestaande installatie en bij het ontwerp van nieuwe installaties.

Alle gemeten resultaten worden geëvalueerd en geïnterpreteerd in het kader van de bemonsteringsomstandigheden. Er wordt steeds advies meegeleverd om de toestand te verbeteren.

Ergonomisch advies

Door techniek en werkomgeving af te stemmen op uw medewerkers voorkomt u mogelijke acute of chronische overbelastingletsels. Wij kunnen u begeleiden om mogelijk knelpunten te voorkomen en proactief tewerk te gaan. Zijn er bestaande knelpunten aanwezig dan kunnen we dit analyseren en mogelijke gevolgen beperken of vermijden.

Medewerkers die tijdens hun dagactiviteit meerdere mentaal belastende activiteiten uitvoeren, kunnen overbelast worden. Binnen de cognitieve ergonomie kunnen we analyses uitvoeren die aangeven waar zich mogelijke knelpunten bevinden. Dergelijke analyse resulteert in mogelijke voorstellen tot beperking van de gevolgen van overbelasting.

CPS biedt gespecialiseerd advies en hulpmiddelen aan om een risicoanalyse uit te voeren op werkpostniveau en op individueel niveau.

Arbeidsplaatsbezoeken

Anders dan bij onze preventieadviseurs-arbeidsgeneesheren die meestal samen met het comité PBW de bezoeken uitvoeren, zullen onze ingenieurs en preventieadviseurs niveau 1 voor de bedrijven van type C – D zelf initiatief nemen tot het uitvoeren van een jaarlijks arbeidsplaatsbezoek.

Naast het deskundig advies rond de toepassing van de welzijnswetgeving hebben zij ook bijzondere aandacht voor de spoorwegveiligheidsrisico's. Na elk arbeidsplaatsbezoek mag u een overzichtelijk verslag verwachten met duidelijke en praktische adviezen en mogelijke actiepunten.

Preventie van psychosociale risico's

Werknemers die zich goed voelen op de werkvloer zijn meer gemotiveerd en presteren beter. Situaties van stress, geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en relationeel leed op het werk bedreigen het psychosociaal welzijn van onze werknemers, wat zich zowel kan uiten in lichamelijke klachten (slaapproblemen, hoge bloeddruk, ...) als in psychische klachten (motivatiegebrek, ...). Het is dus noodzakelijk om dergelijke psychosociale risico's te voorkomen. Dit is niet enkel in het belang van de werknemers, maar ook in dat van de organisatie. De preventie van psychosociale risico's voorkomt dat de organisatie onnodig lijdt onder ziekteverzuim, een verminderde productiviteit en kwaliteit.

Psychosociale risico's kunnen oa. ontstaan omwille van :

- Aanwezige risicofactoren in de arbeidssituatie (5 kenmerken: arbeidsorganisatie, arbeidsinhoud, arbeidsomstandigheden, arbeidsvoorwaarden, arbeidsverhoudingen),
- Ongewenst gedrag op de werkvloer (geweld, pesterijen & ongewenst seksueel gedrag op het werk)
- De confrontatie met schokkende of traumatische gebeurtenissen op de werkvloer waaronder zelfdoding,
- Burnout, ...

Wanneer een werknemer of leidinggevende, ondanks het opgestelde preventieplan, toch schade ondervindt ten gevolge van psychosociale risico's, kan hij desgewenst beroep doen op een preventieadviseur psychosociaal welzijn bij CPS.

Psychosociale wachtdienst

Deze wachtdienst is bedoeld om tegemoet te komen aan de nood aan psychosociale ondersteuning ten gevolge van potentieel traumatische gebeurtenissen die zich buiten de normale kantooruren afspelen en waarvoor de klant geen intern opvangsysteem ter beschikking heeft of oordeelt dat de feiten van die aard zijn dat aanvullende professionele bijstand geregeld moet worden.

Bijstand van de interne preventiedienst

Uw interne preventieadviseur kan steeds de ondersteuning vragen van de preventieadviseurs niveau 1 van CPS. Dit kan naar aanleiding van een project of in het kader van een vervanging.

Advies risicobeheer

Voor eenvoudig advies kunt u terecht bij onze preventieadviseurs niveau 1. Voor een meer complexe problematiek, organiseren we steeds een korte vergadering, met eventueel bezoek aan de specifieke werkpost of activiteit, zodat we zeer goed de probleemstelling in kaart kunnen brengen.

Beheer van geluids- en trillingsbelasting

Medewerkers die worden blootgesteld aan geluid en/of trillingen kunnen hiervan op korte en lange termijn (blijvende) schade ondervinden. Om dit te vermijden is het regelmatig uitvoeren van geluids- en trillingsmetingen een noodzakelijke aanpak om de eventuele risico's te beperken of te elimineren. Individuele metingen of metingen in het kader van het opstellen van een geluidskaart zijn steeds mogelijk. Specifieke metingen of langdurige metingen kunnen projectmatig en op maat uitgevoerd worden.

Advies arbeidsveiligheid

Onze experts ondersteunen de interne preventiedienst bij een continue verbetering van de welzijnsprestaties door ze bij te staan bij de verschillende administratieve verplichtingen en het geven van technisch advies of advies bij de opmaak van risicoanalyses.

Spoorwegveiligheid

Op basis van de Europese en Belgische regelgeving, dienen treinbestuurders, treinbegeleiders en een aantal andere veiligheidsfuncties te beschikken over een geldige licentie om hun job te kunnen uitoefenen. Deze licentie wordt afgeleverd door de Federale Overheidsdienst Mobiliteit en Vervoer (FOD WASO). Eén van de voorwaarden om een dergelijke licentie te bekomen is, naast de vereiste beroepsbekwaamheid, het beschikken over een attest dat de medische en/of psychologische geschiktheid aantoont. Als erkend psycho-medisch centrum voldoet CPS aan alle eisen die er gesteld en beschikt het over de nodige certificaten. We zijn daarom fier dat wij u de volgende diensten kunnen aanbieden.

Medisch certificatie

In kader van de spoorcodex dienen medische evaluaties te gebeuren om de drie jaar. Deze medische evaluaties zijn niet alleen nodig voor treinbestuurders en treinbegeleiders, maar ook voor verschillende andere functies en situaties. Onze preventieadviseurs-arbeidsgeneesheren zorgen ervoor dat u een medisch attest ontvangt.

Psychologische certificatie

Bij aanwerving voor de treinbestuurders en de treinbegeleiders is een psychologisch attest noodzakelijk. Het psychotechnische onderzoek dat hiervoor nodig is wordt in ons centrum te Brussel uitgevoerd. Een periodieke psychotechnische screening wordt enkel voor treinbestuurders georganiseerd en dit éénmaal om de tien jaar. De periodieke screening kan in al onze regionale centra uitgevoerd worden. Indien u een bijkomend psychotechnisch onderzoek wenst, wordt dit eveneens te Brussel uitgevoerd. Een bijkomend verslag met motivatie is dan noodzakelijk.

Wetenschappelijk onderzoek in het kader van de spoorwegveiligheid

Met onze specifieke kennis over de essentiële schakel in het spoorweggebeuren, de werknemer, dragen we bij tot de algemene spoorwegveiligheid. Onze specialisten hanteren hierbij een 'wetenschappelijk onderbouwd' onderzoeksmodel. Enkele voorbeelden van onze recent uitgevoerde onderzoeken zijn de impliciete meting van de neiging tot risicogedrag, de relatie tussen veiligheidsincidenten en kenmerken van het uurrooster, en on-the-job meting van alertheid bij bestuurders.

Vorming & Opleiding

Het ontwikkelen van medewerkers is cruciaal voor de creatie van een welzijns- en veiligheidscultuur, gekenmerkt door gezonde medewerkers binnen een veilige werkomgeving. CPS beschikt over een multidisciplinair samengesteld vormingsteam dat kwalitatief hoogstaande vormingen geeft.

CPS biedt opleidingen aan binnen meerdere domeinen. Het actuele aanbod kan u terugvinden op de website. Een deel van de opleidingen bevindt zich in open aanbod en is bijgevolg voor iedereen toegankelijk. De gesloten vormingen echter worden enkel georganiseerd op vraag van de klant. Daarnaast kan er steeds een opleiding op maat worden gevraagd waarbij we samen met de klant de inhoud van de opleiding bepalen volgens de specifieke behoeften en verwachtingen. De inschrijvingen verlopen allemaal via de website van CPS.

Overzicht van ons opleidingsaanbod :

Gezondheid

- **Hulpverlener :**
De basisopleiding hulpverlener is een praktijkgerichte opleiding die de nadruk legt op de belangrijkheid van een correcte inschatting en snelle aanpak van een (nood)situatie binnen het bedrijf en dit volgens de wettelijke bepalingen.
- **Herhalingscursus hulpverlener :**
De herhalingscursus hulpverlener is een praktijkgerichte opleiding die de nadruk legt op de belangrijkheid van een regelmatig opfrissen van de opgedane kennis tijdens de basisopleiding.
- **Contact elektriciteit :**
De opleiding contact elektriciteit is een praktijkgerichte opleiding die de nadruk legt op de belangrijkheid van een correcte en snelle aanpak van een ongeval met elektriciteit.
- **Herhalingscursus contact elektriciteit :**
De herhalingscursus contact elektriciteit is een praktijkgerichte opleiding die de nadruk legt op de belangrijkheid van een regelmatig opfrissen van de opgedane kennis tijdens de basisopleiding.
- **Reanimeren en defibrilleren met AED :**
De opleiding reanimeren en defibrilleren is een praktijkgerichte opleiding die de nadruk legt op de belangrijkheid van een snelle aanpak van een circulatiestilstand ten gevolge van een hartstilstand binnen het bedrijf.

Psychosociaal welzijn

- **Basisopleiding psychosociale hulpverlener :**

Veel medewerkers krijgen tijdens de uitvoering van hun werk te maken met schokkende gebeurtenissen. Denken we hierbij maar aan de treinbegeleider die te maken heeft met een agressieve reiziger of een treinbestuurder die geconfronteerd wordt met een zelfdoding. Ook het betrokken zijn bij een arbeidsongeval of het verlies van een collega kunnen we hier aanstippen. Dergelijke gebeurtenissen kunnen je aangrijpen en bijgevolg je functioneren in de war brengen. Blijven rondlopen met zo een ervaring of verlies kan zorgen voor stress, ziekte of zelfs langdurige arbeidsongeschiktheid

In veel gevallen blijkt een goede eerste opvang voor een betere verwerking van de gebeurtenis te zorgen. De opleiding psychosociale hulpverlener beoogt dan ook de deelnemers eerst en vooral in te leiden in de thematiek van potentieel traumatische gebeurtenissen alsook hen voor te bereiden op het geven van een eerste opvang aan slachtoffers van potentieel traumatische gebeurtenissen.

- **Supervisie psychosociale hulpverlener :**

Als psychosociaal hulpverlener bent u er zich waarschijnlijk meer dan anderen van bewust dat het “zich niet goed voelen” bij het meemaken van een emotioneel schokkende gebeurtenis een normale reactie is op een abnormale gebeurtenis. Ook als hulpverlener kan een interventie in de kleren kruipen. De opeenstapeling van incidenten, nauwe contacten met de slachtoffers en vooral het delen in het menselijke leed, maakt de groep van psychosociale hulpverleners kwetsbaar. Daarom is het ook belangrijk voor u, als hulpverlener, om over uw gevoelens als eerstelijnsintervenant bij schokkende gebeurtenissen te kunnen praten. Hierbij staan de contacten met ‘lotgenoten’ of ‘gelijken’ centraal. Ondersteuning, ervaringsuitwisseling, maar ook begrip voor de moeilijkheden van de rol die u opneemt, zijn fundamenteel voor wie vaak voor anderen ‘de rots in de branding’ tracht te zijn.

- **Sensibilisatie psychosociaal welzijn :**

Werknemers die zich goed voelen op de werkvloer zijn meer gemotiveerd en presteren beter. Situaties van stress, geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en relationeel leed op het werk bedreigen het psychosociaal welzijn van onze werknemers, wat zich zowel kan uiten in lichamelijke klachten (slaapproblemen, hoge bloeddruk, ...) als in psychische klachten (motivatiegebrek, ...). Het is dus noodzakelijk om dergelijke psychosociale risico's te voorkomen. Dit is niet enkel in het belang van de werknemers, maar ook in dat van de organisatie. De preventie van psychosociale risico's voorkomt dat de organisatie onnodig lijdt onder ziekteverzuim, een verminderde productiviteit en kwaliteit.

- **Lifestyle & security :**

Vermoeidheid vormt een belangrijk aandachtsc domein in het kader van veiligheid.

Via deze opleiding willen we de werknemers sensibiliseren voor het belang van een gezonde levenswijze en van de wisselwerking tussen privéleven en beroepsleven. Dit is extra belangrijk bij werknemers met variabele diensttijden.

- **Sensibilisatie voor schokkende gebeurtenissen :**

Je eigen kind niet kunnen redden van de verdrinkingsdood, je eigen collega zien omkomen bij een arbeidsongeval, een verkeersongeval meemaken, een bijna-aanrijding meemaken, Een emotioneel schokkende gebeurtenis zet de tijd even stil. Iedere persoon beleeft en verwerkt een potentieel traumatische gebeurtenis op zijn eigen manier. Sommigen hebben de neiging om hun gevoelens weg te stoppen en hun angst te verbergen om zich op die manier niet kwetsbaar op te stellen. "Ik moet me sterk houden, het waait wel weer over," Niets is echter minder waar! Vaak wordt er vastgesteld dat de beleving van onverwerkte gebeurtenissen vroeg of laat toch terug de kop opsteekt. Het is daarom cruciaal om dergelijke gebeurtenissen te verwerken. Hulp zoeken kan daarbij een goede aanzet zijn. Eerst en vooral is het belangrijk te beseffen dat "zich niet goed voelen" bij het meemaken van emotioneel schokkende gebeurtenissen een normale reactie is op een abnormale gebeurtenis. Het kan belangrijk zijn om over de gebeurtenis en de ermee gepaard gaande gevoelens te praten! Zowel de steun van vrienden, familie, kennissen als professionele hulp kan daarbij helpen.

- **Omggaan met suïcidaal gedrag op de werkvloer :**

Wanneer we (rechtstreeks of onrechtstreeks) met zelfdoding op de werkvloer geconfronteerd worden, weten we vaak niet hoe we hier gepast mee om moeten gaan en vaak zwijgt men het dan ook "dood". Het is en blijft een moeilijk thema om bespreekbaar te maken omdat er weinig of net het verkeerde over geweten is. Wil men aan preventie doen, is het echter belangrijk om het thema op een correcte manier bespreekbaar te maken. Wanneer verschillende actoren op de werkvloer achtergrondkennis over zelfdoding (wat is zelfdoding, welk proces gaat daarachter schuil, wat zijn de risico- en beschermende factoren, ...) opdoen, leert men de juiste info kennen en zal men zich beter gewapend voelen om te handelen wanneer men ermee geconfronteerd wordt.

- **Basisopleiding vertrouwenspersonen :**

De welzijnswet van 4/08/1996, voorziet in de mogelijkheid om binnen een onderneming vertrouwenspersonen aan te stellen. Eén van de centrale taken van een vertrouwenspersoon is het raad geven en opvang bieden aan personen die zich psychosociaal belast voelen door ondermeer stress, conflicten, pesterijen, geweld of ongewenst seksueel gedrag op de werkvloer. Het oogpunt van die inspanningen is het informeel op zoek gaan en trachten te vinden van een oplossing voor een probleemsituatie. Dit kan door gesprekken met de verzoeker, via interventie bij een derde of door een bemiddeling op te starten. Om deze alsook de andere beschreven opdrachten van een vertrouwenspersoon te kunnen vervullen is het noodzakelijk om over bepaalde vaardigheden en kennis te beschikken. Deze vijfdaagse opleiding wil hier dan ook de aanzet toe geven.

- **Supervisie vertrouwenspersonen :**

Dé centrale taak van een vertrouwenspersoon, aangesteld binnen het kader van de welzijnswet van 4/08/1996, is het raad geven en opvang bieden aan personen die kampen met stress, burn-out, conflicten, pesterijen, geweld of ongewenst seksueel gedrag op de werkvloer. U zal ongetwijfeld echter ook al wel eens ervaren hebben dat het vinden van een oplossing niet evident is en dat uw inspanningen soms niet in verhouding lijken met de uitkomst. Daarom is ondersteuning, ervaringsuitwisseling, maar ook begrip voor de moeilijkheden van de rol die u opneemt fundamenteel.

- **Evenwichtig omgaan met stress :**

Stress is net als ademen, eten, voelen, ruiken, ... een onderdeel van het leven. Stress is nodig om ons vooruit te brengen en doelen in het leven te bereiken! Daarom is stress gezond. Het is enkel wanneer een situatie zodanig veeleisend en langdurig wordt dat ze ons kan verlammen en negatieve gevolgen heeft op ons mentaal en fysiek welzijn. In dit geval spreken we van negatieve stress. Omdat stress onontbeerlijk is, mag men zich niet als doel stellen nooit meer stress te ervaren. Waar men wel naar kan streven, is het vinden van een balans, een evenwichtig omgaan met stress. Dit doen we zowel samen als apart. In groep kan men leren van ervaringen van anderen, krijgt men nieuwe inzichten door uitspraken van anderen, Anderzijds zal elkeen zijn eigen weg bewandelen en aan de hand van de opleiding zijn reis verder vormgeven.

Ergonomie

- **Kantoorergonomie :**

De opleiding “Kantoorergonomie” is een opleiding op maat die het belang benadrukt van een correcte zithouding, voldoende beweging en een correcte kantooropstelling ter preventie van mogelijke gezondheidsproblemen gerelateerd aan beeldschermwerk.

Ergonomische verbeteringen zullen de kwaliteit van het werk, de productiviteit en de arbeidsvreugde doen toenemen

- **Rugsparend werken :**

De opleiding “Rugsparend werken” is een theoretische en praktische opleiding die de nadruk legt op de belangrijkheid van een correcte houding en het correct bewegen van de rug ter voorkoming van rugklachten.

Ondersteunende systemen

- **P43 web :**

P43 web is een nieuwe webapplicatie die een administratieve vereenvoudiging doorvoert bij het toekennen van persoonlijke risico's aan werknemers en stelt u in staat om te voldoen aan de wettelijke vereisten voorzien in het KB over het gezondheidstoezicht betreffende de naamlijsten

- **UltraGenda Broka :**

UltraGenda Broka is een online afsprakenplatform met als doel alle klanten van CPS de mogelijkheid te bieden hun medewerkers zelfstandig in te plannen op slots die voor de werkgever/werknemer het best passen. De uiteindelijke doelstelling van het systeem is om planning van onderzoeken efficiënter en klantvriendelijker te laten verlopen.